



桃園市政府

健康城市 健康政府 # 打造友善職場



榮獲健康關懷獎

負責人：鄭文燦市長
員工總數：6,848 人
行業別：公共行政

健康促進推動單位：桃園市政府人事處
職場地址：桃園市桃園區縣府路 1 號

企業健康精神

健康城市，從健康政府出發，本府積極建構全方位健康職場，經系統性評估員工需求，並以「健康飲食觀念與運動習慣養成」、「定期健康檢查」及「友善職場營造」為推動目標，打造健康樂活桃花源。

職場健康促進推動特色

營造健康樂活桃園一直是桃市府重要政策，身為桃園大家長，市府員工的健康也是市長所重視的，鄭市長在 107 年新春團拜公開簽署健康宣言，是本府健康職場推動最有力的支持與後盾。

1. 健檢定期做 美食運動我都要

(1) 做自己健康守護神

- a. 調增健檢補助基準：鼓勵同仁自主健康管理，連續 2 年調增健康檢查補助基準，受益人數近 1,193 人。
- b. 到府健康檢查：配合婦女節及父親節，與亞東醫院合作辦理 3 場次到府健康檢查活動，針對上班族常見疾病及不同性別需求，提供超值健康檢查方案，約 607 人參加。
- c. 洽簽特約醫療機構：與本市 8 家區域醫院以上等級的醫療機構合作，由具公信力的醫療機構提供優惠且多元健康檢查方案，高達 993 人使用。

(2) 健康生活懂吃動滋

除透過官方 Line 群組推播、電子郵件等方式傳遞健康飲食及運動知識外，為協助同仁將觀念落實於生活中，辦理以下措施：

- a. 健康飲食地圖：將本市符合健康飲食原則餐飲的店家，標註於 Google Map，並積極洽簽特約，讓三餐在外的同仁吃得健康又省荷包，目前已超過 7,000 人次瀏覽使用。
- b. 健康煮享美食：配合節日辦理春節年菜、端午粽等健康料理製作課程、小農市集健康美食試吃活動等，使同仁煮得健康、吃得美味。
- c. 規律動最享瘦：除定期辦理桌、羽球等運動比賽、輔導成立 10 個員工社團外，更推出「揪團減重」競賽，同仁組隊參加相互激勵，共 573 人參加，減了 1,296 公斤，另配合節日，辦理戶外健行、騎腳踏車及棒、壘球等活動，開放眷屬參加，讓運動從職場延伸至生活，計辦理 24 場次，約 3,577 人參加。

2. 員工協助方案 - 市府用心、同仁安心

(1) 員工免費諮詢服務

設有免費諮詢專線及解憂信箱，針對心理、法律、財務、醫療、工作及管理等面向提供諮詢服務，107 年 7 月至 108 年 6 月總計服務 323 人次；另建立「身心關懷平台」，提供壓力檢測及自我探索評量工具，計 135 人次使用。

(2) 提供工作、生活、組織及管理面等多面向服務措施、活動或課程：

- a. 職場適應與職涯發展等工作講座：辦理共同核心職能、職場達人及公務法制等講座，計 3,513 人次參與，平均滿意度 87.5%；職場壓力檢測計 271 人，其中 9 人持續使用諮詢服務。
- b. 市長與同仁有約：建立本府員工意見交流平台，提供即時必要的協助，總計採納 30 案，佔總提案數（38 案）79%。
- c. 新手父母相關活動：計 230 人次參加

- 講座；計 1,004 人次參加節慶活動；另就懷孕 28 周以上同仁進行孕期焦慮自評量表，計 19 人，其中 1 人接續使用諮詢服務。
- d. 工作生活平衡講座：針對身心壓力調適辦理析影力電影館、專書導讀等課程，共辦理 6 場次，共 678 人參加，滿意度 92%。
- e. 專家入場服務：協助機關發現並解決組織管理問題，總計 5 個機關，9 場次。
- f. 主管專業諮詢服務：主管人員評估需求主動使用管理諮詢服務（6 人），並針對工作績效不彰員工（143 人），邀請其主管使用管理諮詢服務。
- g. 主管人員領導管理系列課程：107 年至 108 年辦理主管人員系列培力、領導管理、敏感度提升訓練課程，總計 33 場次，滿意度 96%。
- h. 團體諮詢服務：如機關員工發生危機事件，服務後員工自覺壓力指數下降，恢復正常工作效率。

未來目標或展望

本府將持續依同仁健康需求，提供更適切的健康服務，沒有最好的工作環境，只有更好的健康職場，這次的肯定將成為我們持續營造健康、友善職場環境的動力，健康政府，從健康職場出發，共創健康桃花源。

